



Club Alpino Italiano - Sezione di Cagliari
Programma Annuale Escursioni

2024



8 giugno 2024

9° Cicloescursione

Seui in MTB



Descrizione (di Renato Lai)

Questa cicloescursione si svolgerà interamente nel territorio di Seui, facente parte della regione storica della Barbagia di Seulo, di cui fanno parte cinque paesi.

Il nostro punto di partenza sarà dal paese di Seui il cui territorio è stato abitato fin dal III millennio a.C., come testimoniano numerose tracce e resti archeologici della civiltà prenuragica e nuragica (circoli tombali, tombe dei giganti, pozzi sacri, nuraghi ecc.), che in parte incontreremo durante la nostra cicloescursione. Nel medioevo appartenne al giudicato di Cagliari. Alla caduta del giudicato (1258) passò per breve tempo al giudicato di Gallura e in seguito sotto il diretto controllo della repubblica di Pisa. Conquistata dagli aragonesi nel 1324, fu dato in feudo a diverse famiglie, tra cui i Carroz conti di Quirra. Nel 1604 fu incorporato nel ducato di Mandas. Intorno alla metà del XVII secolo nel centro storico del paese fu costruito un carcere spagnolo per l'amministrazione della giustizia in tutta la Barbagia di Seulo che venne utilizzato fino al 1975, oggi visitabile all'interno del percorso museale seuese, insieme ad altri siti suggestivi tra cui "Sa Domu de sa maja".

Oggi il paese di Seui è il più importante centro della Barbagia di Seulo. Dopo la partenza dal paese di Seui percorreremo un single che costeggia la linea ferrata, fino alla Laveria facente parte del complesso minerario "Fundu 'e Corongiu" sorto nel 1850 e successivamente chiuso nel 1960, dedito allo sfruttamento di un giacimento di antracite. La scoperta del giacimento carbonifero è da attribuirsi ad Alberto La Marmora nel 1827.

Il single in buona parte coincide col cammino che le cernitrici della laveria percorrevano a piedi per rientrare al paese (spesso anche quattro volte al giorno nei periodi di allattamento dei neonati).



Successivamente ci dirigeremo, su fondo prevalentemente sterrato, verso il monte Taddì, imponente formazione rocciosa del permiano, esito di un fenomeno di vulcanesimo.

Sempre lungo lo sterrato, a 1015 metri d'altitudine, ci attende Ardasai, un nuraghe complesso posto su una sporgenza calcarea; intorno sono osservabili i resti di un villaggio di capanne a pianta circolare e ovale. "Lo scorgerai quasi improvvisamente, sulla sommità di uno sperone roccioso lungo una spettacolare strada panoramica con vista su colline e verdi vallate, e ti affascinerà per posizione e contesto e ti incuriosirà per un misterioso sentiero. Il nuraghe Ardasai si issa sulle pendici del monte Tonneri, a circa 13 chilometri dal centro abitato di Seui. Una posizione strategica, da cui controllare le vie di accesso alle Barbagie. La struttura fa parte di un complesso che comprende anche un villaggio, resti di una tomba di Giganti e forse una fonte sacra." (SardegnaTurismo.it). Il nuraghe è monotorre, costruito probabilmente durante il Bronzo medio (XVII-XIV secolo a.C.) con grandi conci di pietra calcarea, in origine sviluppato su più livelli. Oggi si conserva il piano inferiore



voltato a tholos e la scala elicoidale che conduceva al secondo livello. Attorno alla torre si estendeva una cortina dotata di torri secondarie, delle quali potrai individuarne le tracce

Una particolarità di questo nuraghe è quella di essere stato abitato fino al 1980.

Poco distante ci attende la fonte sacra di Mercussei dove potremo godere della magnifica vista a 360° sul Gennargentu e sui maestosi tacchi del Tonneri.

Ci recheremo quindi al sito archeologico di Pauli con visita all'albero monumentale "S'Ulimu de Pauli", un pioppo della varietà "canescens", 22 m di altezza e 5 m di diametro nonché al pozzo sacro e tomba dei giganti. Dopo una veloce visita alla Fonte sacra di Orgioloniga, percorreremo un piacevole tratto di strada panoramica e pianeggiante, prima di cimentarci sul single track su scisto "Boga murdegu", (lunghezza 2,500 km e 250 m di dislivello), questa volta il panorama sarà verso il Sarcidano e l'Ogliastra, compresa, ovviamente l'onnipresente Perd'Elia. Si tratta di un single di recente realizzazione, ad opera degli appassionati locali, super panoramico, divertente e con grado di difficoltà moderato.

Dopo il single affronteremo la discesa, sempre su sterrato, fino al rio s'isca, con possibilità di bagno rigenerante, prima dell'impegnativa risalita fino al paese, con attraversamento del delizioso centro storico montano caratterizzato da stretti viottoli, casette in scisto e ringhiere in ferro battuto.

Possibilità di "via di fuga" fino al paese, attraverso la SS198, per evitare il "muro di s'isca".

La pedalata non presenta difficoltà tecniche di rilievo, essendo la salita finale bypassabile con la via di fuga, considerato che gran parte dell'escursione si svolgerà ad una quota compresa tra gli 800 e i 1.000 metri, con un dislivello complessivo di 900 m.

Direttore di Escursione: Renato Lai

Accompagnatori: Salvatore Cossu, Fabio Pau e Alberto Ricci

Percorso



Profilo Altimetrico

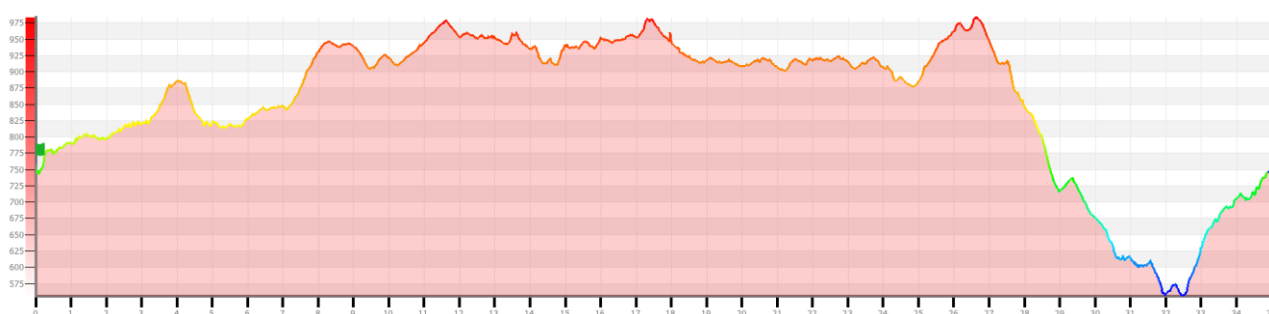


TABELLA RIASSUNTIVA

Tragitto	Auto proprie
Ritrovo	Primo appuntamento – Ore 6:30 presso il Bar Serena Quartucci Secondo appuntamento - Ore 9:00 presso piazza Rinaldo Loy a Seui Coordinate 39°44'41.39"N - 9°34'1.38"E
Punto Maps	https://maps.app.goo.gl/TZ3nD481t73AgJB55
Partenza escursione	Ore 9:30 presso la piazza Rinaldo Loy a Seui
Comuni interessati	Seui
Percorso	Percorso ad anello
Lunghezza	37 km
Dislivello cumulato in salita	900 m
Conclusione escursione	Ore 17:00 circa
Località	Ardasai, Tonneri, Fund'e Corongiu, San Sebastiano, Taddi, Pauli
Terreno	Sterrata, mulattiera, tratti di strada asfaltata
Sorgenti	Due, una all'inizio e un'altra a metà strada
Pedalabilità	Pedalabile al 95 %
Grado di difficoltà	MC/MC Salita/discesa (https://www.caicagliari.it/cicloescursionismo/scala-difficolta-per-il-cicloescursionismo-in-mtb/)
Attrezzatura obbligatoria	Casco, MTB adatta e in buone condizioni, zainetto leggero e comodo, camera d'aria di scorta, lampada frontale.
Attrezzatura consigliata	Scarpe da trekking basse, pantaloni con fondello, guanti da MTB, integratori energetico-salini, almeno 1 lt d'acqua, ulteriore camera d'aria di scorta.
Pranzo	Al Sacco da portare nello zainetto personale.
Partecipanti	Soci e non soci CAI per un totale di 30 partecipanti. I soci hanno diritto di precedenza nelle prenotazioni, i non soci sono ammessi con riserva, in pratica vengono confermati se a due giorni dall'escursione ci sono ancora posti liberi, in base all'ordine di prenotazione.
Quote	3 euro per i soci CAI. 15 euro per i non soci (quota che comprende l'assicurazione giornaliera, nel caso non si voglia l'assicurazione il costo per i non soci è di 7 euro)
Info e Prenotazioni	Per prenotazioni inviare messaggio a Renato Lai mediante WhatsApp al 3296156433

DICHIARAZIONE DI ESONERO DI RESPONSABILITÀ

Il Club Alpino Italiano promuove la cultura della sicurezza in montagna in tutti i suoi aspetti. Pur tuttavia la frequentazione della montagna comporta dei rischi comunque ineliminabili e pertanto con la richiesta di partecipazione all'escursione il partecipante esplicitamente attesta e dichiara:

- di aver letto la descrizione della cicloescursione e le annesse avvertenze;
- di ben conoscere le caratteristiche e le difficoltà della cicloescursione;
- di non aver alcun impedimento fisico e psichico alla pratica del cicloescursionismo, di essere idoneo dal punto di vista medico e di avere una preparazione fisica e tecnica adeguata alla difficoltà della cicloescursione;
- di possedere l'attrezzatura obbligatoria indicata nella tabella allegata alla descrizione;
- di aver preso visione e di accettare incondizionatamente il Regolamento Escursioni predisposto dal CAI-Sezione di Cagliari (<https://www.caicagliari.it/cicloescursionismo/regolamento/>);
- di assumersi in proprio in maniera consapevole ogni rischio conseguente o connesso alla partecipazione alla cicloescursione e pertanto di esonerare fin da ora il CAI Sezione di Cagliari e i Direttori di Escursione da qualunque responsabilità.

Avvertenze

L'escursione presenta un impegno fisico alto.

- *Si richiede una buona preparazione fisica e tecnica e l'utilizzo di un appropriato equipaggiamento, in particolare di una Mountain Bike adatta e in ottime condizioni di funzionamento*
- *il Direttore di Escursione, a suo insindacabile giudizio, potrà non accettare alla cicloescursione il partecipante non adeguatamente equipaggiato e/o preparato;*
- *il Direttore di Escursione può variare il percorso della cicloescursione se e quando lo riterrà opportuno*
- *le prenotazioni vengono effettuate in ordine di tempo finché ci sono posti disponibili (fino ad un **massimo di 30 partecipanti**) ed è possibile prenotare o disdire entro **giovedì 6 giugno**;*
- *non si attenderanno i ritardatari; si partirà non oltre cinque minuti dall'ora fissata;*
- *non sono consentite iniziative personali durante lo svolgimento della cicloescursione;*
- *devono essere seguite le indicazioni e le disposizioni date dal Direttore di Escursione, in modo particolare non precedendo mai l'accompagnatore che apre la cicloescursione;*
- *non assumiamo alcuna responsabilità per quanto accade in escursione, tutti partecipano a loro rischio e pericolo;*
- *l'alimentazione dovrà essere adeguata alle nostre esigenze fisiche e a quelle climatiche. Indispensabile una buona scorta d'acqua e/o integratori energetico-salini;*
- *con l'adesione alla cicloescursione si autorizza alla pubblicazione delle proprie immagini fatte durante la cicloescursione per uso di divulgazione e resoconto dell'attività del gruppo. Sarà vietato l'uso di queste immagini in contesti che ne pregiudichino la dignità personale ed il decoro. La posa e l'utilizzo delle immagini sono da considerarsi effettuate in forma gratuita;*
- *l'inosservanza di queste regole può causare l'esclusione temporanea o definitiva di un partecipante dalla presente e/o dalle escursioni successive.*

NB: prima della partenza chiederemo di firmare obbligatoriamente il modulo di autodichiarazione collettivo, nel quale si dichiara di avere tutti i requisiti richiesti in questa descrizione e accettare integralmente quanto specificato nella dichiarazione di esonero di responsabilità e nelle avvertenze.

